

Gary Chapman  
mit Randy Southern

# Die fünf Sprachen der Liebe für Familien



BRUNNEN/FRANCKE

Gary Chapman / Randy Southern

# Die fünf Sprachen der Liebe für Familien

Brunnen Verlag Gießen/Basel  
Verlag der FRANCKE-Buchhandlung Marburg

Die amerikanische Originalausgabe erschien unter dem Titel  
„The World's Easiest Guide to Family Relationships“  
bei Moody Press, Chicago  
Copyright © 2001 by the Moody Bible Institute of Chicago

Aus dem Amerikanischen von Bettina Stippich

4. Auflage 2011  
1. Taschenbuchaufage

© der deutschen Ausgabe:  
2003 Brunnen Verlag Gießen  
Umschlagmotiv: BananaStock  
Umschlaggestaltung: spoon design, Olaf Johannson  
Satz: DTP Brunnen  
Druck und Bindung: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm  
ISBN 978-3-7655-4143-8 ([www.brunnen-verlag.de](http://www.brunnen-verlag.de))  
eISBN 978-3-7655-7114-5 ([www.brunnen-verlag.de](http://www.brunnen-verlag.de))  
ISBN 978-3-86827-255-0 ([www.francke-buch.de](http://www.francke-buch.de))

# **INHALT**

## **Erster Teil: Ihre Beziehung zu Ihrem Partner**

1. Bevor Sie Ihr Ja-Wort geben
2. Probleme im Paradies
3. Auf die richtigen Worte kommt es an (Sprache der Liebe Nummer 1: Anerkennung)
4. Tea for Two (Sprache der Liebe Nummer 2: Gemeinsame Zeit)
5. Kleine Liebesbeweise (Sprache der Liebe Nummer 3: Geschenke)
6. Jeden Tag eine gute Tat (Sprache der Liebe Nummer 4: Praktische Hilfe)
7. Aus nächster Nähe (Sprache der Liebe Nummer 5: Körperkontakt)

## **Zweiter Teil: Die Beziehung zu Ihren Kindern**

1. Ein altes Familienrezept, Teil 1 (Fünf Zutaten für eine intakte Familie)
2. Ein altes Familienrezept, Teil 2 (Fünf Zutaten für eine intakte Familie)
3. Große Worte für kleine Leute – Die fünf Sprachen der Liebe für Kinder
4. Teen Talk – Die fünf Sprachen der Liebe für Teenager

## **Dritter Teil: Schwierige Zeiten überstehen**

1. Schlaglöcher auf dem Weg zum Paradies – Mit Eheproblemen umgehen
2. Der Realität ins Auge sehen – Destruktive Verhaltensmuster überwinden

3. Alle Mann in Deckung – In der Familie mit Wut umgehen
4. Nicht zum Einzelkämpfer werden – Hilfe für Alleinerziehende
5. Zusammen und doch getrennt – Eine Ehe während einer Zeit der Trennung aufrechterhalten
6. Ist das dein letztes Wort? – Über die Zukunft der Ehe entscheiden

## **Anhang**

Häufige Fragen zum Thema Liebe, Ehe, Familie ... und Schwiegereltern

Gesprächsanregungen für Paare

Fragebogen für Paare



ERSTER TEIL

**DIE BEZIEHUNG ZU  
*IHREM PARTNER***

# 1 BEVOR SIE IHR JA-WORT GEBEN

„Wie stehen die Dinge mit Beatrice?“, fragte Thomas, als er sein Trikot auszog.

Richard zog den Reißverschluss seiner Sporttasche auf und seufzte. „Okay – nehme ich an.“

„Was bedeutet dann der Seufzer?“, fragte Thomas.

„Ich fange gerade an, an dieser Beziehung meine Zweifel zu haben, das ist alles“, entgegnete Richard.

Thomas stöhnte. „Ich dachte, du hättest gesagt, Beatrice wäre vielleicht die Richtige für dich. Du hast sogar davon gesprochen, einen Ring zu kaufen, erinnerst du dich?“

„Ja, ja“, gab Richard zu, „doch ich fange an, in dieser Beziehung Dinge zu entdecken, die ich nicht mag.“

„Schon wieder das alte Lied“, murmelte Thomas.

„Nein, das stimmt nicht“, protestierte Richard. „Du hast gesagt, ich sei zu wählerisch, aber das bin ich nicht. Jedes Mal, wenn ich eine Beziehung beendet habe, hatte es einen triftigen Grund.“

„Genau“, sagte Thomas. „Wie damals, als du mit Sharon Schluss gemacht hast, weil sie beim Minigolf-Spielen zu viel redete.“

„Hey, ihretwegen habe ich in dem Spiel dreimal daneben getroffen“, erwiderte Richard.

„Oder als du Erin sitzen ließest, weil sie dich fragte, warum du so viele CDs besitzt“, fuhr Thomas fort.

„Ich sag's dir, das sind die Leute, die alles unter Kontrolle haben wollen“, erklärte Richard. „Es fing mit einer harmlosen Frage an, doch am Ende hätte ich alle meine CDs auf dem Flohmarkt wiedergefunden, da bin ich mir sicher.“

„Und dann kam die Zeit, als du dir eine Zukunft mit Lori nicht mehr vorstellen konntest, wie sie eine niedrigere Sozialversicherungsnummer hatte als du“, fuhr Thomas fort.

„Meinst du nicht, dass es etwas merkwürdig war, dass ihre mit 302 anfängt, wenn unsere beiden mit 310 beginnen?“, antwortete Richard. „Sie hat gesagt, sie sei jünger als ich. Wie kam es dann, dass sie acht Millionen Plätze im Sozialversicherungssystem überspringen konnte?“

„Ich bin nicht so blöd, darauf auch noch eine Antwort zu geben“, entgegnete Thomas. „Was ist mit Beatrice nicht in Ordnung? Sie ist hübsch, geistreich und kreativ. Sie liebt Kinder, genau wie du. Sie liebt Golf, genau wie du. Sie kommt aus einem engen Familienzusammenhalt, genau wie du. Sie verkörpert alles, wonach du gesucht hast. Jetzt erkläre mir, warum du an dieser Beziehung zweifelst?“

„Ihr Silber“, gab Richard zurück.

„Wie bitte?“

„Sie hat mich am Samstag zum Essen eingeladen“, erklärte Richard, „und gerade, als ich den ersten Bissen zum Munde führte, fiel mir ein eingetrockneter Essensrest an meiner Gabel auf.“

Thomas starrte ihn an.

„Was denkt sie eigentlich?“, fuhr Richard fort, der Thomas‘ ungläubiges Staunen nicht bemerkte. „Soll ich ihr beweisen, dass ich sie trotz einer Nahrungsmittelvergiftung liebe? Ich war so angewidert, dass ich ihr während des Essens nicht einmal mehr in die Augen schauen konnte.“

„Natürlich, angesichts eines so himmelschreienden Verbrechens sehe auch ich wenig Hoffnung für eure Beziehung“, sagte Thomas.

„Hey, du kannst dich lustig machen, so viel du willst“, sagte Richard, „aber du hast ja nicht auf diese Gabel schauen müssen.“

Thomas schloss seinen Spind ab und ging zur Tür. „Du wirst mal eine Frau sehr glücklich machen“, rief er über die Schulter, „indem du sie *nicht* heiratest.“

\*

Sie wundern sich wahrscheinlich, was ein Kapitel über Partnersuche\* in einem Buch über Familienbeziehungen zu suchen

hat. Aber irgendwo müssen Familien doch anfangen, oder? Eine Beziehung ist der logische Anfangspunkt für eine Diskussion über die Familie, weil viele Verhaltensmuster und die Dynamik, die man später in Familienbeziehungen findet, in der Zeit des anfänglichen Kennenlernens ihren Ursprung haben. Deshalb sollten wir ganz am Anfang ansetzen, irgendwo dort, wo die gemeinsame Geschichte eines Paares beginnt, das sich später das Ja-Wort gibt. Wenn Sie bereits Ihr Ja-Wort gegeben haben, lässt Sie dieses Kapitel nachträglich noch einmal ansehen, warum und auf welche Weise Sie beide damals eingestiegen sind – in eine lohnende und herausfordernde Partnerschaft.

## VORGEGRIFFEN

- ◆ Gemeinsame Unernehmungen sind ein hervorragender Weg, sich auf die Ehe vorzubereiten.
- ◆ Für eine Beziehung ist es wichtig, gemeinsame Interessen zu verfolgen, den anderen attraktiv zu finden und die Eltern mit einzubeziehen.
- ◆ Die Ehe ist ein Prozess, in dem zwei Menschen eins werden. Deshalb ist es ratsam, sich mit jemandem zu befreunden, mit dem man daran arbeiten kann, eine Einheit zu erreichen.

Das Thema Partnersuche ist eindeutig zu umfangreich, um ihm in einem Kapitel gerecht zu werden. Wir werden uns deshalb auf vier spezifische Bereiche und ihre jeweiligen Auswirkungen auf die Ehe (und letztendlich auf die Beziehungen innerhalb einer Familie) konzentrieren:

- Warum man sich verabreden sollte
- Was man vermeiden sollte
- Worauf man beim Partner achten sollte
- Worauf man in einer Beziehung hinarbeiten sollte

### ***Was Verabredungen bewirken können***

Wenn man zwölf verschiedene Leute fragt, warum sie sich zu einem Rendezvous verabreden, erhält man zwölf verschiedene Antworten. Manche mögen tiefgründig sein („Ich möchte einen Seelenpartner finden“), andere mögen, nun ja, weniger tiefgründig sein („Ich möchte nicht allein ins Kino gehen“). Sich verabreden bedeutet für jeden etwas anderes. Die einen betrachten es als Hobby oder Zeitvertreib, die anderen meinen, es gehe um ihre ganze Zukunft. Manche genießen die Spannung einer Partnersuche, andere lehnen sie verächtlich als „Sport“ ab.

Denen, die sich ernsthaft mit Partnersuche beschäftigen und in ihr mehr als nur den Zeitvertreib an einem Freitagabend sehen, bieten wir vier Gründe an, warum es sich lohnt, sich den Weg durch missglückte Versuche, gute Erfahrungen und Enttäuschungen zu bahnen.

### ***a) Verabredungen vermitteln wertvolle Erfahrungen mit dem anderen Geschlecht***

Wenn die Ehe eine Karriere wäre, wäre die Partnersuche das Praktikum dafür. Sie werden feststellen, dass man allein dadurch, dass man mit Menschen des anderen Geschlechts Zeit verbringt, die „Ausbildung“ bekommt, die man braucht, um ein begehrter Heiratskandidat zu werden (genau wie ein gutes Praktikum Ihre Fachkenntnis verbessert, die Sie brauchen, um ein begehrter Kandidat für manche Arbeitsstellen zu werden). Je mehr Freizeit Sie mit jungen Männern oder jungen Frauen verbringen, desto sicherer werden Sie im Umgang mit ihnen werden. Und je sicherer Sie sind, desto lieber wird man sich mit Ihnen verabreden. Je lieber man sich mit Ihnen verabredet, desto größer sind Ihre Chancen auf dem „Heiratsmarkt“.

Wenn Ihr Wissen über das andere Geschlecht vorwiegend aus den Jahren stammt, in denen Sie versucht haben, in der Familie mit einem einzigen Geschwisterkind des gleichen Geschlechts auszukommen, werden Sie durch Verabredungen die wahren Unterschiede, die ein einziges Chromosom machen kann, schätzen

lernen. Gleichzeitig werden Verabredungen Ihnen zu der Erkenntnis verhelfen, dass sich Männer und Frauen sehr viel ähnlicher sind, als Sie vielleicht angenommen haben (oder zugeben wollten).

Die Freizeit mit Vertretern des anderen Geschlechts zu verbringen, ist ein guter Weg, sie ihres Mythos' zu berauben. Denn in Ermangelung einer realen persönlichen Erfahrung tendieren viele junge Männer und Frauen dazu, Klischees oder idealisierte Bilder des anderen Geschlechts in ihren Köpfen zu entwerfen. Der beste Weg, diese Stereotypen und idealisierten Vorstellungen zu zerstören und sie durch Vorstellungen zu ersetzen, die in der Realität verwurzelt sind, ist, regelmäßig mit Vertretern des anderen Geschlechts Kontakt zu haben.

Georgia, zum Beispiel, hatte ziemlich feste Vorstellungen davon, wie Männer sind und was sie von Frauen wollen, und zwar daher, wie ihr Vater ihre Mutter behandelte. Als sie anfing, sich zu verabreden, lernte sie junge Männer kennen, die überhaupt nicht wie ihr Vater waren. Sie machte sogar die Erfahrung, dass sie sich mit manchen Männern besser unterhalten konnte als mit ihren Freundinnen. Sie hatte noch keine ernsthafte Beziehung gehabt, aber jetzt wusste sie immerhin, dass sie dazu fähig war.

---

*»Als ich Jean traf, fühlte ich, wie Gott seine Hand aus den Wolken streckte, mich an den Haaren zog und sagte: „Nimm diese hier, du Trottel.“ «*

Richard Atcheson

---

T.J. idealisierte einige Mädchen in seinem Jahrgang am College. Bei den Vorlesungen schweiften seine Gedanken ab und er träumte von diesen Studentinnen, die in seiner Phantasie zu perfekten Wesen wurden. Mit der Zeit hatte T.J. Gelegenheit, sich mit einigen von ihnen zu verabreden. Er entdeckte dabei, dass seine „Phantasiemädchen“ in Wirklichkeit reale Personen waren, mit den gleichen Eigenheiten, Schwächen und Fehlern, die jeder andere

Mensch auch hat. Er fand auch heraus, dass es viel einfacher ist, sich mit einer realen Person zu unterhalten als mit einer Phantasiefigur.

Bilden Sie sich niemals ein, Sie könnten das andere Geschlecht einmal vollständig verstehen. Was man aus Verabredungen lernen kann, ist eine allgemeine Vorstellung davon, wie Männer und Frauen denken, was für sie wichtig ist und wie man am besten mit ihnen kommunizieren kann. All diese Informationen werden äußerst hilfreich sein, wenn Sie sich dafür entscheiden, Nägel mit Köpfen zu machen. Nennen Sie es eine Starthilfe für die Ehe.

### ***b) Verabredungen helfen Ihnen, Ihre Persönlichkeit zu entwickeln und an sich zu arbeiten***

Wenn Sie mit jedem Aspekt Ihrer Persönlichkeit völlig zufrieden sind, wenn Sie davon überzeugt sind, dass Sie nicht das Geringste bei sich ändern müssen, dann sollten Sie sich nicht verabreden. Denn der Prozess der Partnersuche hat – mehr als jede andere Art der Interaktion – die Tendenz, einige der, sagen wir, nicht ganz perfekten Aspekte unserer Persönlichkeit zu beleuchten.

Wenn Sie offen dafür sind, sich selbtkritisch zu betrachten – wie Sie reden, wie Sie zuhören, wie Sie in der Öffentlichkeit auftreten, wie Sie mit anderen umgehen –, werden Sie bei Ihren Verabredungen wahrscheinlich eine Fülle nützlicher Informationen sammeln. Der Schlüssel liegt darin, die Hinweise zu erkennen, die Ihnen Ihr Gegenüber gibt.

Keith, beispielsweise, gewann sein Selbstbewusstsein daraus, der Mittelpunkt jeder Party zu sein. Jeder mochte ihn (das glaubte er wenigstens), weil er immer für einen Spaß gut war. Als er eines Abends in einem Restaurant einer Kellnerin das Leben schwer machte, indem er vorgab, nicht lesen zu können, merkte er, dass die Sache dem Mädchen, das er eingeladen hatte, furchtbar peinlich war. Seine Freunde hatten ihn immer zu gewagten Streichen ermutigt, deshalb schockierte es ihn, dass jemand, mit dem er gerne zusammen war, durch sein Verhalten in Verlegenheit gebracht

wurde. Seit jenem Abend versuchte er ganz bewusst, sich mehr zurückzuhalten und in Gesellschaft erträglicher zu sein.

Das soll nicht heißen, dass Sie Ihr Bild von sich einzig und allein aus den Vorlieben der Menschen beziehen sollten, mit denen Sie ausgehen. Verabredungen können Ihnen jedoch eine besondere Sicht von sich selbst vermitteln. Vielleicht werden Sie dadurch verstehen, warum sich die Leute Ihnen gegenüber so verhalten, wie sie es tun. Diese Erkenntnis wird wichtig sein, wenn Sie eine lebenslange Beziehung mit einem Ehepartner eingegangen sind.

### **c) Verabredungen sind eine Möglichkeit, das Leben eines anderen Menschen zu bereichern**

Entspannen Sie sich: Das klingt zwar nach einer Talkshow, ist aber anders gemeint. Wir reden hier nicht von einem vorbildlichen Verhalten, an das sich der andere noch nach zwanzig Jahren erinnert („Menschen, die dem Leben anderer einen Sinn gegeben haben“). Wir sprechen von kleinen, alltäglichen Aufmerksamkeiten, die langfristig das Leben eines Menschen verändern können.

Catherine war eine introvertierte, linkische, gehemmte Studentin am College, als sie anfing, sich mit Jeff zu treffen. Von Anfang ihrer Beziehung an sagte Jeff ihr regelmäßig, wie hübsch sie sei. Er hörte ihr interessiert zu, wann immer sie den Mut fand, etwas zu sagen. Er lachte über ihre kaum vernehmbaren Witze. Er ließ sie spüren, dass sie wichtig war. Während ihrer acht Monate dauernden Freundschaft nahm Catherines Selbstbewusstsein enorm zu. Jeff half Catherine, aus ihrem Mauseloch zu kommen und ihre Begabungen zu entdecken. Die Freundschaft hielt zwar nicht länger, aber sie hatte große Auswirkungen auf Catherines Leben. Heute ist Catherine eine lebhafte, selbstbewusste und erfolgreiche Firmeninhaberin.

Man sollte jedoch nicht annehmen, dass Catherine die Einzige war, die von dieser Beziehung profitierte. Jeff sah, wie seine Komplimente und ermutigenden Worte Catherine aufblühen und ein anderer Mensch werden ließen. Er erkannte, dass er anderen Menschen helfen konnte, und das weckte in ihm das Verlangen, das

auch weiterhin zu tun. Es liegt nahe, dass die Frau, die Jeff einmal heiraten wird, von dem, was er in der Beziehung mit Catherine lernte, ungemein profitieren wird.

Das heißt nichts anderes als das: Sie können den Menschen, mit denen Sie sich treffen, etwas Gutes tun, und diese können wiederum Ihnen etwas Gutes tun. Und wenn diese gegenseitige Unterstützung auch nicht immer zur Ehe führt, kann sie auf bescheidene Art doch ein Leben verändern.

***d) Verabredungen können Ihnen helfen herauszufinden, welche Eigenschaften der Mensch haben soll, den Sie einmal heiraten wollen***

Lassen Sie mich das ein für alle Mal klarstellen: Es gibt nicht den einzigen Richtigen oder die einzige Richtige. Es wartet kein perfekter Mensch auf der Aussichtsterrasse des Empire State Buildings auf Sie, wie in „Schlaflos in Seattle“ oder „Die große Liebe meines Lebens“. Wenn Sie Ihre Vorstellung von Ihrem zukünftigen Ehepartner aus Hollywood-Streifen beziehen, dann tun Sie sich doch einen Gefallen und überdenken einmal Ihre Erwartungen.

Wenn Ihre Liste der Eigenschaften, die Sie von Ihrem Lebenspartner erwarten, Dinge wie „atemberaubend schön“, „unvorstellbar reich“, „umwerfend witzig“ oder „unglaublich erfolgreich“ einschließt, sollten Sie Ihre Pläne für die Hochzeitsreise noch einmal auf Eis legen. Sie werden eine lange Wartezeit vor sich haben.

---

***»Ein Bräutigam ist ein Mensch, der immer noch nicht fassen kann, was aus einem harmlosen kleinen Flirt schließlich geworden ist.«***

Verfasser unbekannt

---

Es spricht nichts dagegen, bei der Wahl des Ehepartners anspruchsvoll zu sein, solange dann noch irgendein menschliches

Wesen den Ansprüchen genügen kann. Wenn Sie sich oft mit jemandem treffen, werden Sie herausfinden, welche Eigenschaften wirklich wichtig und welche nicht ganz so notwendig sind. Sie werden merken, mit welchen Menschen Sie harmonieren und mit welchen Sie aneinander geraten. Kurz, Sie werden ein Gespür dafür entwickeln, welche Eigenschaften Ihr zukünftiger Ehepartner unbedingt haben sollte.

Und wahrscheinlich werden Sie am Ende überrascht sein. Nur wenige Menschen heiraten letztendlich die Art von Person, die sie sich früher vorgestellt haben. Eigenschaften, die einmal wichtig erschienen, verlieren offensichtlich an Bedeutung, wenn man Menschen mit anderen, interessanteren Eigenschaften kennen lernt.

Geld beispielsweise wird nicht mehr so wichtig sein, und Ehrlichkeit könnte stattdessen auf der Ehepartner-Wunschliste erscheinen. Es kann auch sein, dass Sie bald nicht mehr jemanden heiraten wollen, der erfolgsorientiert ist, sondern stattdessen jemanden vorziehen, der Wert auf Familie legt. Je mehr Menschen Sie bei Ihrer Partnersuche treffen, desto klarer werden Sie sehen, wie Sie sich Ihren Lebenspartner wünschen. Kristins Vater war der Football-Star seines Colleges gewesen. Kristin wollte schon immer so einen Mann heiraten. Da sie an ihrer Schule und auf ihrem College Cheerleader war, verabredete sich Kristin ausschließlich mit Football- und Basketballspielern – bis kurz vor ihrem Abschluss. Da erkannte sie plötzlich, dass sie die Studenten in ihrem Fotografiekurs und im „Kreativen Schreiben“ viel interessanter fand als die Sportler. Sie entdeckte, dass ihr Kreativität bei einem Mann viel wichtiger war als allgemeine Beliebtheit und Im-Mittelpunkt-Stehen.

Es ist nicht einfach, die Idealvorstellung vom „einzig Richtigen“ aufzugeben. Wie abgeklärt Sie auch sein mögen – wahrscheinlich hegen Sie in einem Winkel Ihres Herzens doch die Hoffnung, genau den Menschen zu treffen, in den Sie sich Hals über Kopf verlieben werden und der alle Ihre Bedürfnisse und jedes Ihrer Kriterien erfüllen wird.

Je häufiger Sie sich verabreden, desto klarer wird Ihnen – zum Glück – werden, dass man nach perfekten Menschen wohl vergeblich sucht. Wenn Sie einmal zu dem Schluss gekommen sind, dass kein

Mensch alle Wesenszüge und Eigenschaften in sich vereinigen wird, die Sie sich wünschen, werden Sie wohl oder übel eingrenzen müssen, was Ihnen wirklich bei den Menschen wichtig ist, mit denen Sie Ihre Zeit verbringen. Und das ist der erste Schritt zu einer gedanklichen Vorbereitung auf die Ehe.

In manchen Kulturen ist es unvorstellbar, dass sich ein junger Mann und ein Mädchen in der Öffentlichkeit treffen, um vielleicht eine Beziehung einzugehen. Es steht allein den Eltern zu, einen Partner für ihr Kind auszusuchen, und ihre Entscheidung ist endgültig. In solchen Kulturen kann es vorkommen, dass sich Braut und Bräutigam bei ihrer Hochzeit zum ersten Mal sehen. Dieses Vorgehen mag uns völlig veraltet erscheinen; tatsächlich hat es aber manche stabile Ehe hervorgebracht. Wir wollen damit den Weg der Partnerwahl durch die Eltern zwar nicht gutheißen, aber daran erinnern, dass es auch andere Wege gibt, den Lebenspartner zu finden.

Wie die meisten Menschen würden Sie wohl lieber Ihr Glück auf der Single-Party des örtlichen Gefängnisses versuchen, als Ihre Eltern entscheiden zu lassen, wer Ihr Lebenspartner sein soll. Verabredungen bleiben also, mit all den Enttäuschungen und Pannen, die damit verbunden sein können, die einzige durchführbare Option, um „die richtige Wahl“ zu treffen.

## ***Worauf man achten sollte***

Nein, dies soll nicht der obligatorische Hinweis darauf sein, dass man sich bei Verabredungen immer in einer größeren Gruppe aufhalten und den Hintergrund jedes Menschen, mit dem man sich trifft, abchecken sollte. Der Sinn dieses Abschnitts ist es, auf einige vermeidbare Fehler bei der Partnersuche hinzuweisen, die die Chancen auf eine lebenslange Beziehung verringern könnten.

## **a) Der körperliche Aspekt der Beziehung sollte nicht im Vordergrund stehen**

Wenn Sie schon lange auf der Suche nach einem Partner sind, haben Sie wahrscheinlich schon mehr als genug Gründe dafür gehört, warum es eine gute Idee ist, die körperliche Seite Ihrer Partnerschaft zu erkunden. Diese Gründe mögen unter anderem lauten:

- „Sex ist der natürliche Weg, unsere Liebe für einander auszudrücken.“
- „Wir müssen wissen, ob wir körperlich zusammenpassen.“
- „Es ist der nächste logische Schritt in unserer Beziehung.“

### **Gute Frage**



#### **Wie kann ich Sex vermeiden, wenn die Versuchung so groß ist?**

Legen Sie am Anfang Ihrer Beziehung gemeinsam Regeln fest und halten Sie sich daran. Sie müssen sicher sein, dass Ihr Partner genau weiß, wo Ihre Grenzen sind. Immer wenn Sie das Gefühl haben, dass gerade eine Grenze überschritten wird, sollten Sie einen Schritt zurückgehen und lieber das Zusammensein für den Tag beenden als die Grenze zu überschreiten.

Diese Vorschläge können Ihnen helfen, gemeinsame Grenzen festzulegen:

Ziehen Sie sich niemals in Gegenwart des anderen aus.

Gehen Sie niemals mit der Hand unter die Kleidung Ihres Partners.

Legen Sie sich niemals zusammen hin.

Erlauben Sie uns, einen Grund dafür zu nennen, Ihre diesbezüglichen Pläne zu verwerfen: Sex wird jeden anderen Bereich Ihrer Beziehung dominieren.

Wir müssen dazu noch nicht einmal in die Diskussion gegen Sex vor der Ehe einsteigen. Dabei gehen wir nicht auf Dinge wie eine Schwangerschaft oder Geschlechtskrankheiten ein. Auch nicht der Frage, ob häufig nicht Selbstwertprobleme eine große Rolle dabei spielen, dass Menschen vor der Ehe sexuell aktiv sind.

Wir wollen einfach die Erfahrung festhalten: Nachdem man sich in einer Beziehung körperlich nahe gekommen ist, verlieren Dinge wie das gegenseitige Kennenlernen, tief gehende Diskussionen und eine

unbekümmerte Ausgelassenheit auf einmal stark an Bedeutung. Die Beziehung wird oft unausgewogen, weil Sex mehr und mehr Raum in der gemeinsamen Zeit des Paars einnimmt.

Leider ist das gewöhnlich kein Fehler, aus dem man lernen kann. Eine körperliche Begegnung kann man nicht rückgängig machen, selbst wenn man erkennt, dass sie ein Fehler war. Nachdem gewisse Grenzen einmal überschritten sind, ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass sie wieder überschritten werden, und immer wieder.

Wenn Sie sich in Ihrer momentanen Beziehung bereits körperlich nahe gekommen sind oder wenn Sie merken, dass die Grenzen bald erreicht sind, sollten Sie Ihre Beziehung noch einmal thematisieren und strikte Regeln einführen, an die Sie sich beide halten sollen. Das kann heißen, dass man sich an anderen Orten trifft oder bei den Verabredungen andere Dinge tut. Es kann heißen, die Zeit der ungestörten Zweisamkeit zu reduzieren. Es kann heißen, die Art zu ändern, in der Sie und Ihr Partner sich körperlich ausdrücken – Streicheln bestimmter Zonen und Zungenküsse beispielsweise auszuschließen. Es kann heißen, öfter etwas mit anderen Paaren oder Gruppen zu unternehmen.

Was auch immer es bedeutet, die körperliche Seite Ihrer Beziehung unter Kontrolle zu halten – Sie sollten es tun.

### **b) Unternehmen Sie etwas mit verschiedenen Menschen**

Sie haben wahrscheinlich schon oft genug herzerwärmende Geschichten von der „Liebe auf den ersten Blick“ gehört („Mein Mann und ich haben uns in der sechsten Klasse kennen gelernt, waren in der Oberstufe und in der High School ständig zusammen und haben während unserer Studienzeit geheiratet. Keiner von uns hat jemals jemand anderes in Erwägung gezogen. Wir sind seit zweiundzwanzig Jahren glücklich verheiratet usw.“). Was Sie vielleicht nicht so oft gehört haben, sind die weniger romantischen Versionen („Ich hatte solche Angst, keinen Mann zu finden, dass ich den Ersten heiratete, der Interesse an mir hatte. Ich bin jetzt seit fünf

Jahren verheiratet, und obwohl ich meinen Mann liebe, frage ich mich oft, ob ich nicht doch einen Besseren gefunden hätte“).

Wir erwähnten bereits, dass Verabredungen Ihnen wertvolle Erfahrungen im Umgang mit dem anderen Geschlecht vermitteln können. Wenn Sie jedoch Ihre Partnersuche auf ein oder zwei ernsthafte Beziehungen begrenzen, werden Sie nur Erfahrungen mit einem oder zwei Menschen machen. Und Sie werden nicht wissen, was Sie verpassen, bevor es zu spät ist, um noch irgendetwas anderes zu unternehmen.

Gewöhnlich sind es Angst oder Unsicherheit, die Menschen dazu treiben, zu früh feste Beziehungen einzugehen. Sie befürchten: Wenn sie sich nicht sofort mit jemandem zusammentun, werden sie nie wieder eine andere Chance für eine Beziehung bekommen. Auch wenn eine feste Beziehung ein Gefühl von Geborgenheit vermittelt, wird dadurch doch Ihre Chance verringert, andere, nicht weniger interessante Vertreter des anderen Geschlechts zu treffen und kennen zu lernen – Menschen, die Ihnen vielleicht die Augen für tiefere und erfüllendere Möglichkeiten einer Beziehung öffnen könnten.

Wir schlagen nicht vor, dass Ihr Terminkalender vor Rendezvous' aus den Nähten platzen sollte oder dass Sie so viele Verabredungen wie möglich treffen sollten. Wir wollen vielmehr anregen, dass Sie die ganze Bandbreite an Möglichkeiten nutzen, die die Partnersuche bietet.

### **c) Lassen Sie sich nicht von romantischen Gefühlen irreführen**

Denen, die bereits langfristige Beziehungen eingegangen sind, wollen wir in diesem Teil des Buches die rosafarbene Brille abnehmen.

Drei Tatsachen sind für jede Beziehung wichtig:

- Wir alle haben unsere Stärken und Schwächen. Unser Äußeres, unsere Begabungen, unser Hintergrund, unsere Persönlichkeit und unser Charakter sind nicht perfekt.

- Wenn wir jemandem auf romantische Art näher kommen, werden wir leicht seine Stärken überschätzen und seine Schwächen übersehen. („Bob ist nicht dumm. Er ist einfach nicht an Dingen interessiert, über die man nachdenken muss.“ „Ich verstehe es nicht, dass Barbara bei ihren Kollegen so unbeliebt ist. Sie merken nicht, dass Barbara ihnen doch nur helfen will, wenn sie ihnen sagt, was sie falsch machen.“)
- Die Schwächen eines Menschen zu übersehen, wird letztlich gravierende Folgen haben. (Leider ist das ein Fehler, der im Nachhinein nur allzu offensichtlich wird.)

Wenn Sie glauben, dass Sie nicht in Gefahr sind, sich durch romantische Gefühle täuschen zu lassen, empfehlen wir Ihnen diese Übung: Fertigen Sie zusammen mit Ihrem Schatz eine Liste all der Dinge an, die Sie aneinander mögen. Wahrscheinlich werden Sie beide stundenlang die tausendfältigen Qualitäten des anderen niederschreiben, die ihn bzw. sie zu einem so besonderen Menschen machen. Wenn Sie damit fertig sind, machen Sie eine Liste der Dinge, die Sie aneinander nicht mögen oder die in Ihrer Partnerschaft problematisch werden könnten.

---

**»Eine Frau kann einen Mann nur dann mit Erfolg verändern, wenn er noch ein Baby ist.«**

Jakob Braude

---

Ja, schreiben Sie nur alles auf – das Gute, das Schlechte und das Hässliche.

Wie fühlten Sie sich dabei, die wenig schmeichelhaften Aspekte Ihres/Ihrer Liebsten zu Papier zu bringen? Fiel es Ihnen schwer, die schwachen Punkte des anderen zu finden? Fühlten Sie sich während der ganzen Übung unwohl? Wenn dem so ist, sind Sie möglicherweise von romantischen Gefühlen geblendet.

Im frühen Stadium der Partnersuche ist die romantische rosa Brille nicht unbedingt etwas Schlechtes. Irgendwie baut sie uns doch Brücken zueinander – zuerst. Später kann sie allerdings gefährlich

sein. Früher oder später werden Sie die Tatsache akzeptieren müssen, dass Ihr Herzblatt nicht perfekt ist und Sie durchaus auf lange Sicht unglücklich machen kann.

Je eher Sie sich mit den vielen Stärken und Schwächen Ihres/Ihrer Liebsten auseinander setzen, desto wahrscheinlicher ist es, dass Ihre Beziehung auf Dauer halten wird. Auch wenn es zunächst nicht den Anschein haben mag: Eine gute Portion Nüchternheit ist besser für eine Beziehung als eine Menge romantischer Gefühle.

#### **d) Glauben Sie nicht, dass „die Liebe immer siegt“!**

Wie oft haben Sie schon gehört, dass jemand seine Beziehung mit den Worten verteidigte: „Solange wir uns lieben, ist alles andere nebensächlich.“ Fragen Sie jedes verlobte Paar, warum es heiraten will, und es wird Ihnen sagen: „Weil wir uns lieben.“

Doch was genau ist Liebe? Ist es das atemberaubende Gefühl, das Sie ergreift, wenn Sie einem bestimmten Menschen tief in die Augen sehen? Ist es Ihr allgemeiner Eindruck, dass Sie mit einem bestimmten Menschen in Ihrem Leben glücklicher sein werden als ohne ihn? Ist es ein Gefühl, das so tief ist, dass man es nicht mehr beschreiben kann?

Das sind Fragen, die Sie sich früher oder später stellen müssen. Wenn Sie das nicht tun, könnte es sein, dass Sie sich für den Rest Ihres Lebens an jemanden binden, nur weil Sie sich zu ihm hingezogen fühlen, und dann bitter enttäuscht werden.

Tatsache ist, dass Gefühle trügen können. (Wiederholen Sie das bitte zehnmal.) Sie kommen und gehen wie Stimmungen. Was passiert, wenn Sie in Gegenwart Ihres Liebsten nichts Besonderes mehr empfinden? Heißt das, dass Sie keine Liebe mehr für ihn haben? Sollten Sie dann die Beziehung fallen lassen und nach dem nächsten Menschen suchen, der Sie in einen Zustand der Erregung versetzt?

Verstehen Sie das nicht falsch: Dies ist keine Schmährede auf die Liebe. Körperliche Empfindungen spielen in jeder romantischen Beziehung eine große Rolle. Der Schlüssel liegt jedoch darin, diesen

Empfindungen und Gefühlen in Ihrer Beziehung nicht zu viel Bedeutung zuzumessen. In anderen Worten: Folgen Sie nicht einfach Ihrem Herzen und gründen Sie Ihre Beziehung nicht allein auf romantische Gefühle. Gebrauchen Sie auch Ihren Verstand. Lassen Sie Gefühl und Verstand bei der Gestaltung Ihrer Partnerschaft zusammenarbeiten.

## ***Worauf Sie bei Ihrer Partnerwahl achten sollten***

Wie finden Sie nun einen zukünftigen Partner? Da wir wohl kaum in der Lage sind, Ihnen genaue Angaben zu Ihrem/Ihrer Zukünftigen zu machen, können wir Ihnen nur einige grundsätzliche Dinge nennen, die Sie berücksichtigen sollten.

### ***a) Gemeinsamkeiten (Gemeinsame Interessen)***

Nach einer alten Vorstellung werden zwei Menschen eins, wenn sie heiraten. Wenn Sie also „Ehe bauen“ wollen, sollten Sie dafür eine solide Grundlage legen. Ideal wäre, wenn diese Grundlage aus den Dingen bestünde, die Sie beide gemeinsam haben – in geistlicher, geistiger, sozialer, körperlicher und kultureller Hinsicht.

#### **Familienaktion**

- ✓ WISSEN SIE EIGENTLICH, wie Ihre Eltern sich kennen und lieben lernten? Machen Sie sich doch mit Ihren Eltern einmal einen schönen Nachmittag. Laden Sie sie in die Eisdiele ein und verwöhnen Sie sie mit Birne Hélène und Milch-Shakes. Fragen Sie sie über die Zeit, als sie sich ineinander verliebt haben. (Überlegen Sie sich am besten schon vorher ein paar Fragen.) Diese Fragen können einschließen: Was fandet ihr aneinander anziehend? Welche Unterschiede habt ihr während dieser Zeit aneinander entdeckt? Wie seid ihr mit diesen Unterschieden umgegangen?

Ohne die gemeinsame Basis kann nicht die Einheit entstehen, die für eine gute Ehe notwendig ist. Es wäre etwa so, als wollte man ein Gebäude sowohl aus Legosteinen als auch aus Holzbauklötzen

konstruieren. Man könnte schon zu einem Resultat kommen, aber das wäre wenig standfest oder schön anzusehen.

Entscheidend in einer Zeit der Freundschaft ist es zu entdecken, was Sie mit Ihrem Partner gemeinsam haben, und dann zu entscheiden, ob das genug ist, um damit die Grundlage für eine lebenslange Beziehung zu legen. Zum Beispiel reicht es nicht aus, um darauf eine Beziehung aufzubauen, wenn Sie und Ihr Partner beide Spaghetti-Eis lieben und der Ansicht sind, dass Woody Allen als Regisseur überschätzt wird. Wenn Sie beide aus einem engen Familienzusammenhalt kommen, gerne verreisen und Sport treiben, sich lieber einen ruhigen Abend zu Hause machen, als ständig auf Achse zu sein, und beide aus dem christlichen Glauben leben, kann das eine hervorragende Basis für eine lebenslange Partnerschaft sein.

Das will nicht heißen, dass Sie und Ihr Partner in der Persönlichkeit und im Lebensstil überall übereinstimmen sollten. Die Unterschiede zwischen Ihnen beiden werden sich als genauso wichtig für den Erfolg Ihrer Beziehung herausstellen wie die Gemeinsamkeiten. Doch in Ihrer Beziehung sollte es von Anfang an Ihr Hauptanliegen sein, Gemeinsamkeiten zu finden, auf die Sie aufbauen können.

## **b) Schönheit**

Sie möchten jemanden heiraten, den Sie attraktiv finden. Das mag zunächst eine ganz selbstverständliche Vorstellung sein, genauso wie: „Sie suchen eine Arbeit, die ordentlich bezahlt wird.“ Doch denken Sie daran, dass es um jemanden für *Sie* geht.

Warten Sie nicht auf das Supermodel oder auf den begehrtesten Mann der Stadt. Suchen Sie jemanden, mit dem Sie sich wohl fühlen. Denken Sie daran, dass Attraktivität mit der Zeit zunehmen kann – genauso wie Hässlichkeit. Charakter, Einstellungen, Intelligenz und andere Eigenschaften können auch einen ganz unauffällig aussehenden Menschen attraktiv machen oder auch den bestaussehenden Menschen hässlich erscheinen lassen.

Andere mögen versuchen, Sie davon zu überzeugen, dass Sie „etwas Besseres verdient haben“, aber warum sollte das für Sie wichtig sein? Für Sie sollte allein wichtig sein, dass Sie denjenigen oder diejenige attraktiv finden – nicht nur oberflächlich, sondern als ganzen Menschen. Denken Sie daran, dass Sie mit diesem Menschen von nun an vielleicht vierzig Jahre zusammenleben werden! Sie sollten deshalb sicher gehen, dass Sie jemanden finden, den Sie bis zum Ende gerne anschauen und um sich haben.

### **c) Moralvorstellungen**

Gleiche Moralvorstellungen sind absolut wesentlich für eine langfristige Beziehung. Es wäre ideal, wenn Sie und Ihr zukünftiger Partner erst in der Ehe das wunderbare Geheimnis der Sexualität entdecken würden. Leider leben wir nicht in einer idealen Welt. Die Statistik weist darauf hin, dass es wahrscheinlich ist, dass einer von Ihnen oder Sie beide vor der Ehe mindestens einmal sexuelle Erfahrungen gemacht haben.

Wenn das Ideal für Sie nicht mehr erreichbar ist, sollten Sie anstreben, ganz offen und ehrlich zu sein, das heißt nichts für sich zu behalten und alle Karten auf den Tisch zu legen. Reden Sie während der Verlobungszeit mit Ihrem zukünftigen Ehepartner über Ihre sexuelle Vorgeschichte. Vertrauen Sie ihm, dass er Ihnen vergeben und Sie annehmen wird, so wie Sie sind, und nicht so, wie er Sie haben möchte. Wenn es Ihrem Partner schwer fällt, Sie ganz anzunehmen, sollten Sie Ihre Beziehung noch einmal überdenken.

Natürlich sollte dies auf beiden Seiten geschehen. Ihr zukünftiger Ehepartner sollte mit Ihnen auch über seine sexuelle Vorgeschichte sprechen und Ihnen die Chance geben, ihm zu vergeben und ihn so anzunehmen, wie Sie es sich auch für sich wünschen. Und wenn Sie ihn nicht so annehmen können, sollten Sie in Ihrer Beziehung vielleicht eine langsamere Gangart einlegen.

Zugegebenermaßen ist dieser Austauschprozess so riskant wie wichtig. Es besteht immer die Gefahr, dass einer von Ihnen schockiert reagiert („Du hast was getan? Mit dem?“). Problematisch

ist auch, wenn eine Unausgewogenheit besteht. Wenn die Zusammenfassung der sexuellen Aktivitäten des einen wesentlich umfangreicher ist als die des anderen, könnte es in der Beziehung Spannungen geben. Trotzdem sind das Dinge, mit denen man sich beschäftigen sollte, bevor man sich lebenslang an jemanden bindet.

Sie brauchen nicht nur die Vergebung und Annahme Ihres potenziellen Lebenspartners, sondern müssen sich auch selbst vergeben und annehmen. Sie müssen lernen, die Vergangenheit zu überwinden. Wenn Sie auf Grund früherer Erfahrungen eine negative Einstellung zum Sex haben, sollten Sie sich vor der Ehe damit auseinander setzen, sonst kann das die körperliche Beziehung zu Ihrem Mann oder Ihrer Frau belasten. Dabei nehmen Sie vielleicht sogar die Hilfe eines Beraters oder Ihres Pastors in Anspruch. Denn die Ehe ist auch unter optimalen Bedingungen noch eine große Herausforderung.

Ebenso wichtig ist es, dass Sie Ihre beiderseitigen Wertvorstellungen kennen lernen und sich damit auseinander setzen. Wie will ich mich anderen gegenüber verhalten? Wie offen bin ich? Was gilt für mich als gut, was schlecht in meinem Umgang mit Menschen? Wie ist bei mir das Verhältnis zwischen Wahrheit und Liebe? Wie will ich Konflikte regeln? Was mache ich, wenn mich jemand verletzt hat? Was haben Geld und Besitz für mich für einen Wert? Wie gehe ich damit um?

Wer sich hier früh über Gemeinsamkeiten und Unterschiede klar wird und sich mit unterschiedlichen Denkweisen auseinander setzt, wacht nicht erst auf, wenn das Ende der romantischen Gefühle da ist. Diese Vorstellungen sind ganz sicher für ein Gelingen der Ehe genauso entscheidend wie die Gefühle.

## ***d) Eltern***

Es ist nicht zu bestreiten: Ohne Ihre Eltern wären Sie nicht, wer Sie heute sind – der Mensch, in den sich Ihr Schatz verliebt hat. Genauso wenig wäre Ihr Schatz ohne seine Eltern der Mensch, in den Sie sich verliebt haben. Wenn Sie sich entschließen zu heiraten, ist es

deshalb wichtig, den Segen und den Rat Ihrer beider Eltern einzuholen. Beziehen Sie sie in Ihre Partnerschaft mit ein.

Wir meinen hier nicht den von jungen Männern gefürchteten Satz: „Ich möchte um die Hand Ihrer Tochter anhalten.“ Wir reden davon, dass Sie Ihre Vorhaben von vornherein Ihren Eltern mitteilen. Dass Sie sie weiterhin auf dem Laufenden halten. Dass Sie Ihre Zukunftspläne mit Ihren Eltern besprechen. Wir reden davon, dass Sie Ihren Eltern erklären, was Sie an Ihrem Partner so lieben, dass Sie glauben, Sie könnten Ihr Leben mit ihm teilen. Wir reden davon, dass Sie ihnen Ihre finanzielle Perspektive darlegen (sobald Sie eine Vorstellung davon haben). Wir reden davon, dass Sie ihnen sagen, was Ihnen beiden im Glauben wichtig ist. Dass Sie ihnen darlegen, warum Sie diese Beziehung für genau richtig halten.

Wenn alles glatt geht, werden die Eltern nur allzu froh sein, Sie beide loszuwerden – pardon, Ihnen ihren Segen zu geben. Wenn sie das jedoch nicht tun, sind Sie es ihnen, sich selbst und Ihrem Partner schuldig, anzuhören, was Ihre Eltern zu sagen haben. Ihre Einwände mögen ein Schlag ins Gesicht sein, aber sie sollten sorgfältig geprüft werden. Wie wir schon sagten – Liebe kann auch den vernünftigsten Menschen blind machen. Wenn Ihre Eltern oder die Ihres Partners einen Warnschuss abgeben, könnte dahinter stehen, dass sie Ihre Beziehung anders beurteilen, als Sie es bisher taten. Eltern können wertvolle Unterstützung, Ermutigung und Wegweisung in Krisenzeiten der Ehe geben. Deshalb ist es keine gute Idee, sie von Anfang an vor den Kopf zu stoßen.

## ***Einheit macht glücklich***

Wenn das eigentliche Ziel der Partnersuche die Ehe ist – was ist dann das eigentliche Ziel der Ehe? Das scheint doch eine nahe liegende Frage zu sein, oder? Versuchen Sie, darauf eine Antwort zu finden. Fragen Sie erst Ihren Partner danach und dann auch einmal Ihre Eltern, die Eltern Ihres Partners usw. Wahrscheinlich werden Sie viele verschiedene Antworten erhalten, unter anderem: Sex, die

Gesellschaft eines anderen, Liebe, Familie, gesellschaftliche Anerkennung, wirtschaftliche Vorteile und Sicherheit.

## Gute Frage



Wenn „zwei eins werden“, heißt das, dass ich mich in der Ehe völlig aufgeben muss?

Überhaupt nicht. Damit ist keine Einheit gemeint, die Ihre Persönlichkeit ausradiert. Gemeint ist vielmehr eine Einheit, die Sie dazu befreit, Ihrer beider Unterschiedlichkeit auszudrücken, jedoch gleichzeitig völlig mit dem Partner eins zu sein. Sie haben die Freiheit, ganz Sie selbst zu sein und all das zu entdecken, was in Ihnen als Mann oder Frau an Möglichkeiten steckt.

Das Meiste davon, wenn nicht alles, kann aber auch außerhalb der Ehe erreicht werden. Also muss noch mehr dahinter stecken – ein grundlegendes, umfassendes Bedürfnis, das nur in einer ehelichen Beziehung erfüllt werden kann.

Wir erwähnten bereits, dass die Ehe eine Institution ist, in der zwei Menschen eins werden. (Darin liegt das eigentliche Ziel der Ehe.) Ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht – wir wurden mit dem Bedürfnis nach Einheit geschaffen. Durch die Ehe kann dieses Bedürfnis gestillt werden.

Die Einheit, die in der Ehe entsteht, umfasst alle Lebensbereiche. Die Ehe ist nicht nur eine körperliche Beziehung. Es geht auch nicht nur darum, seelische Unterstützung zu geben und zu empfangen. Es ist die Vereinigung zweier Leben auf jeder Ebene – der geistigen, gesellschaftlichen, spirituellen, emotionalen und körperlichen Ebene.

Leider entdecken viele Ehepaare spät, dass der Prozess, bei dem zwei Menschen eins werden, mit dem Hochzeitstag nicht automatisch abgeschlossen ist. Um Einheit zu erreichen, muss man hart und ausdauernd dafür arbeiten.

Wenn Sie in Erwägung ziehen zu heiraten, sollten Sie Ihren zukünftigen Ehepartner fragen: „Welche Gründe haben wir dafür, dass wir glauben, wir könnten zu einer Einheit finden?“ Diese Frage sollte Sie anregen, sich auf eine Entdeckungsreise zu begeben: Sie

sollten die intellektuellen, gesellschaftlichen, körperlichen und geistlichen Bereiche Ihres Lebens erforschen, um herauszufinden, ob Sie genug Gemeinsamkeiten haben, um daraus eine solide Grundlage für Ihre Zukunft zu bauen. Hier einige Tipps, wie Sie diese Bereiche mit Ihrem Partner prüfen können.

### **a) Das gleiche geistige Niveau**

Nehmen Sie sich miteinander Zeit, um über die Themen, die Sie momentan bewegen, und Ihre wichtigsten Lebensbereiche zu reden. Diskutieren Sie miteinander über die Bücher und Zeitungsartikel, die Sie gerade gelesen haben. Reden Sie über Ihr Lieblingsprogramm im Fernsehen und über Kinofilme und erklären Sie Ihrem Partner, warum Sie sie mögen. Solche Diskussionen werden Ihnen Anhaltspunkte dafür geben, welche Art von geistiger Auseinandersetzung Sie suchen. Wenn Jane beispielsweise erklärt, dass sie ein Buch deshalb ausgesucht hat, weil der Autor in der Lage war, mit Hilfe von elliptischen narrativen Strukturen eindrückliche Romanfiguren zu erschaffen, und Steve erklärt, dass er das Buch, das er gerade gelesen hat, deshalb genommen hat, weil es nicht sehr umfangreich ist und er in Englisch am Gymnasium am nächsten Tag ein Referat darüber halten muss, kann man mit einiger Sicherheit sagen, dass sie auf der geistigen Ebene nicht übereinstimmen.

### **Familienaktion**

- ✓ EIN GUTES MITTEL, um auf seine eigenen Stärken und Schwächen aufmerksam zu werden, ist, andere darum zu bitten, sie Ihnen zu zeigen. An einem Abend soll jeder in der Familie zwei Stärken und einen Schwachpunkt jedes Familienmitglieds auf separate Zettel schreiben (für jeden drei Zettel, gekennzeichnet mit dem Namen). Nachdem man alle Zettel eingesammelt und sortiert hat, soll der linke Nachbar des Betreffenden erst seine Stärken, dann seine Schwäche vorlesen. Diese Übung wird Ihnen dabei helfen, in Erinnerung zu behalten, dass sowohl Sie als auch Ihr Freund oder Ihre Freundin Stärken haben, die Sie bewundern, und Schwächen, die Sie akzeptieren müssen, wenn die Beziehung langfristig Bestand haben soll.

Auch wenn das nicht unbedingt einen Keil in die Beziehung treibt, ist es doch ein Hindernis, das bedacht werden sollte.

Es ist möglich, mit jemandem glücklich zu werden, dessen IQ mehrere Punkte weniger hat. Aber es spricht doch vieles dafür, dass es zum Gelingen einer Ehe beiträgt, wenn man auf einem ähnlichen geistigen Niveau mit seinem Ehepartner kommunizieren kann. Um es freiheraus zu sagen: Man möchte seine Bemerkungen nicht jedes Mal vereinfachen müssen, um überhaupt verstanden zu werden.

Wenn Sie nicht sicher sind, wie Sie Ihre geistige Ebene mit der Ihres Partners vergleichen können, dann ist es vielleicht gut, das gleiche Buch zu lesen und nachher miteinander darüber zu reden. Oder Sie lesen jeden Tag einen Zeitungsartikel und diskutieren Sie über seine Tragweite. Das wird Ihnen viel darüber verraten, wie weit Sie auf der geistigen Ebene übereinstimmen und in Zukunft darauf aufbauen können.

## **b) Übereinstimmung im Freizeitbereich**

Wir haben alle verschiedene Interessengebiete. Die Frage ist: Wie verschieden dürfen sie sein? Hier sind einige Fragen, die Sie einander stellen können, um herauszufinden, wo Ihre Interessen liegen.

- „Wie wichtig ist dir der Sport?“
- „In wie vielen Vereinen engagierst du dich?“
- „Wie viel Zeit verbringst du damit, an Wettkämpfen teilzunehmen oder dafür zu trainieren?“
- „Wie viele Stunden in der Woche verbringst du vor dem Fernseher?“
- „Welche Art von Musik magst du?“
- „Was sind deine Hobbys?“
- „Bist du gerne auf Partys oder anderen gesellschaftlichen Anlässen? Wenn ja, auf welcher Art von Anlässen?“
- „Hast du ähnliche Vorlieben in deiner Freizeit wie ich?“

Das sind Fragen, die man einfach beantworten muss, weil die meisten Menschen ihre Vorlieben und Interessen nach der Hochzeit

nicht ändern.

Sie und Ihr Partner können Ihre Einheit auf diesem Gebiet vorbereiten, indem Sie in Ihren Interessengebieten zusammenwachsen, bevor Sie heiraten. Finden Sie heraus, ob Sie lernen können, an manchen Interessengebieten Ihres Partners auch Freude zu haben. Fangen Sie bewusst an, Ihren Horizont zu erweitern, und bitten Sie Ihren Partner, dasselbe zu tun. Probieren Sie Dinge aus, an denen Sie vorher nie interessiert waren. Wenn Sie merken, dass Sie die Art Ihres Partners, sich zu amüsieren, nicht teilen können, könnte das ein Hinweis darauf sein, dass Sie nicht zusammenpassen. Denken Sie daran: Das Ziel der Ehe ist die Einheit. Irgendwann müssen Sie sich die Frage stellen: „Werde ich mit meinem Partner den Rest meines Lebens glücklich sein, wenn er seine gegenwärtigen Hobbys nicht ändert?“

Behalten Sie in Erinnerung, dass die Ehe Probleme im Blick auf die Freizeitgestaltung zwischen Ihnen und Ihrem Partner nicht aufhebt, sondern zunehmen lässt.

### **c) Geistliche Einheit**

Dies ist einer der am wenigsten berücksichtigten, aber wichtigsten Bereiche, in dem Sie unbedingt übereinstimmen müssen. Die spirituelle Seite Ihres Lebens und des Lebens Ihres Partners hat Auswirkungen auf jeden anderen Lebensbereich – angefangen beim Umgang mit Geld über die Einstellung zu Schmerz und Leid bis hin zu Ihren Erwartungen für die Zukunft.

#### **Gute Frage**



**Sollten Christen jemanden heiraten, der nicht ihren Glauben teilt?**

Nein. Die Tatsache, dass jemand sich Christ nennt, bedeutet gewöhnlich, dass er beschlossen hat, die Nachfolge Jesu Christi zur wichtigsten Sache in seinem Leben zu machen. Ein Ehepartner, der diese Priorität nicht teilt, könnte es möglicherweise leid werden, in der Ehe immer an zweiter Stelle zu kommen, nach Jesus Christus. Die